

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Industri mode dan hiburan mengalami perkembangan yang sangat pesat, sehingga membuka banyak peluang karier bagi berbagai individu dalam bidang modelling. Tingginya minat terhadap dunia model *fashion* di Indonesia dapat tercermin dari jumlah subscriber pada beberapa kanal YouTube (diakses Mei 2025), seperti kanal Miss Indonesia yang memiliki 95,6 ribu pelanggan, Putri Indonesia dengan 108 ribu pelanggan, serta *Indonesia's Next Top Model* yang telah mencapai 1,02 juta pelanggan. Karier dalam dunia modelling menarik perhatian banyak orang karena profesi ini seringkali diasosiasikan dengan simbol kecantikan dan keberhasilan yang pada akhirnya juga mampu memberikan pengakuan sosial, meskipun profesi ini tidak lepas dari tantangan yang cukup besar.

Menurut Winivia, Pritasari, Megasari, dan Wilujeng (2020), model adalah individu yang memiliki kemampuan dalam menampilkan diri secara menarik dan profesional guna mempromosikan berbagai macam produk, seperti kosmetik, pakaian *fashion*, makanan, atau materi promosi lainnya yang memerlukan representasi visual, serta berpose untuk karya seni dengan tujuan utama membangun citra dan menyampaikan pesan produk kepada konsumen secara lebih efektif. Model adalah seseorang yang merepresentasikan karya atau produk milik orang lain, dan untuk menjadi seorang model tidak hanya

membutuhkan penampilan fisik yang menarik seperti wajah yang cantik, postur tubuh yang tinggi, serta berat badan yang ideal, tetapi juga dibutuhkan kecerdasan dalam menempatkan diri secara tepat sesuai dengan situasi, konteks, dan peran yang sedang diemban (Sevilla, Mulyanto, dan Ardytia, 2023).

Standar kecantikan dalam industri mode sering kali mencakup tubuh ideal yang ramping dan proporsional yang menjadikan tubuh fisik sebagai salah satu penentu utama kesuksesan dalam profesi ini. Wolf (Arumingtyas, 2018) menyebutkan bahwa gambaran ideal seringkali digambarkan sebagai seseorang yang bertubuh langsing dan tinggi, berkulit cerah, berambut pirang, serta memiliki wajah mulus, simetris, dan tampak sempurna tanpa cela sedikit pun. Annisyah dan Susilarini (2022) menyatakan bahwa profesi model banyak digandrungi karena dianggap hanya dapat dijalani oleh individu dengan tubuh yang memenuhi standar ideal yang sering kali berhubungan dengan citra fisik yang sempurna. Tekanan untuk mempertahankan penampilan ini dapat memengaruhi cara pandang model terhadap tubuh mereka, terutama dengan adanya pengaruh media sosial yang memperkuat standar kecantikan yang tidak realistis.

Secara umum, perempuan lebih sering merasa tidak puas terhadap bentuk tubuh mereka dibandingkan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Quittkat, Hartmann, Düsing, Buhlmann, dan Vocks (2019) yang berjudul “*Body dissatisfaction, Importance of Appearance, and Body Appreciation in Men and Women Over the Lifespan*” yang menyatakan bahwa

wanita menunjukkan tingkat ketidakpuasan tubuh yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini ditunjukkan dengan hasil dari skala Evaluasi Penampilan dan Skala Kepuasan Area Tubuh, yang menunjukkan bahwa wanita memiliki skor lebih rendah, mencerminkan ketidakpuasan yang lebih besar. Selain itu, ketidakpuasan ini tetap stabil di semua usia pada wanita.

Artikel dari Suara.com (2022) mengungkap sisi kelam dunia modeling yang dialami oleh Gala Gea, finalis Indonesia's Next Top Model (INTM) yang membagikan pengalamannya tentang tekanan ekstrem dalam industri model untuk tampil langsing dan sempurna. Selain itu pada *podcast close the door* (Youtube, diakses Mei 2025), Gala Gea mengungkapkan bahwa tekanan yang dialami dalam dunia modeling dapat menyebabkan stres yang sangat berat, bahkan berujung pada kematian. Faktor utama dari tekanan ini adalah masalah keuangan serta tuntutan untuk selalu tampil langsing dan sempurna. Narasumber tersebut juga menjelaskan bahwa banyak model yang menghadapi masalah lambung sebagai dampak dari diet ekstrem yang mereka jalani, bahkan beberapa di antaranya diajari untuk menelan kapas yang dibasahi air jeruk atau air biasa sebagai cara untuk menahan rasa lapar. Gala Gea menyoroti rendahnya bayaran yang diterima oleh model pemula, yang berkisar antara Rp250.000 hingga Rp500.000 per penampilan, sehingga beberapa model terpaksa mencari pinjaman online atau bahkan terjerumus ke dalam situasi yang lebih buruk, seperti prostitusi untuk bertahan hidup.

Contoh nyata dampak tekanan terhadap bentuk tubuh dalam industri modeling adalah kasus yang dialami oleh Bridget Malcolm, seorang model asal

Australia. Bridget merupakan salah satu model yang pernah tampil dalam ajang bergengsi *Victoria's Secret Fashion Show*. Namun, di balik penampilannya yang terlihat sempurna di atas panggung, Bridget mengungkapkan bahwa ia mengalami tekanan luar biasa untuk mempertahankan tubuh yang sangat kurus sesuai standar industri. Tekanan tersebut membuatnya mengalami gangguan makan berat, termasuk *anoreksia* dan *orthorexia*, serta menyebabkan depresi yang cukup parah. Dalam berbagai wawancara, ia mengaku sempat mengalami keinginan untuk mengakhiri hidupnya akibat kombinasi antara tekanan fisik, tuntutan industri, dan kerusakan citra diri. Bridget Malcolm dalam *Fallen Angel Podcast* (Perkasa & Anna, 2021) menyatakan bahwa Bridget hanya makan protein *shake* dan sayuran kukus selama tiga bulan sehingga hal tersebut menyebabkan Bridget merasa lapar terus-menerus dan bergantung pada obat anti kecemasan di malam hari.

Keyakinan dan kekhawatiran individu terhadap persepsi orang lain mengenai dirinya, disertai dengan keinginan untuk mengubah penampilan fisik, dapat menimbulkan ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh (Marettih, Ikhwanisifa, Widiningsih, dan Yovanny, 2024). *Body dissatisfaction* merupakan perasaan tidak puas atau tidak nyaman dengan penampilan fisik tubuh seseorang, seringkali disebabkan oleh perbandingan dengan standar kecantikan atau fisik yang ideal. Hal ini sejalan dengan pendapat Lestari, Matulesy, dan Pratitis (2022) menyebutkan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh adalah penilaian negatif terhadap bentuk dan ukuran tubuh, yang muncul akibat adanya perbedaan yang dirasakan antara bentuk tubuh ideal dan kondisi

tubuh yang dimiliki. Noviekayati dan Rina (2020) yang menyebutkan bahwa *body dissatisfaction* merupakan perasaan, pemikiran, dan penilaian negatif yang muncul karena ketidakpuasan terhadap tubuh seseorang yang dapat dipengaruhi oleh cara individu memandang kondisi tubuhnya sendiri dan oleh standar kecantikan yang ada di lingkungan sosial sekitarnya. Sunartio (Sumanty, Sudirman, dan Puspasari, 2018) menyebutkan bahwa ketidakpuasan terhadap citra tubuh merupakan persepsi negatif yang keliru mengenai bentuk tubuh sendiri. Individu yang mengalaminya cenderung merasa bahwa penampilan orang lain lebih menarik, menganggap ukuran atau bentuk tubuh mereka sebagai cerminan kegagalan pribadi, serta mengalami perasaan malu, kurang percaya diri, kecemasan terhadap penampilan, dan ketidaknyamanan atau ketidaksesuaian dengan tubuh yang dimiliki.

Sejalan hasil survei data awal menggunakan *google form* yang dilakukan oleh peneliti kepada 24 responden model pada tanggal 26 April 2025 hingga 30 April 2025, terungkap bahwa 92% responden mengalami tekanan terkait tuntutan terhadap bentuk tubuh. Temuan ini mengindikasikan adanya dorongan eksternal yang kuat terhadap para model untuk memenuhi standar penampilan tertentu yang diyakini sebagai bentuk tubuh ideal. Sebanyak 88% responden merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya saat ini, hal ini mewakili aspek *self-perception of body image* yang merujuk pada cara seseorang menilai dan memandang bentuk tubuhnya sendiri. Sebanyak 8% responden membandingkan bentuk tubuhnya dengan model lainnya, yang menggambarkan aspek *comparative perception of body image*, yakni

merupakan suatu aspek yang mengkaji kecenderungan individu dalam membandingkan persepsi terhadap tubuhnya sendiri dengan persepsi terhadap tubuh orang lain.. Aspek *attitude concerning body image alteration* ditunjukkan pada 96% responden yang berusaha mengubah bentuk tubuhnya dikarenakan tuntutan dari profesi model seperti melakukan suntih putih, diet ekstrim, dan meminum obat pelangsing.

Tadabbur (Odelia, Ernawati, dan Musslifah, 2025) menyatakan bahwa individu yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuhnya cenderung menunjukkan tanda-tanda seperti merasa tidak percaya diri, menganggap dirinya tidak memiliki nilai atau peran dalam masyarakat, merasa keberadaannya tidak diinginkan, serta merasakan ketidakmampuan dan kekhawatiran akan menjadi bahan ejekan orang lain. Kondisi *body dissatisfaction* ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan, seperti perasaan rendah diri, stres, dan kecemasan. Hal ini sejalan dengan pendapat Putri dan Subroto (2023) yang menyebutkan bahwa *body dissatisfaction* dapat memicu berbagai gangguan kesehatan mental dan emosional. Ketidakpuasan terhadap tubuh yang dirasakan oleh seseorang dapat menimbulkan efek negatif, seperti mengikuti diet ketat, berolahraga secara berlebihan, atau bahkan menjalani prosedur bedah kosmetik dan kondisi ini juga dapat menjadi pemicu terjadinya gangguan makan.

Riswari, Putro, Jusnita, dan Imayah (2023) menyebutkan bahwa *body dissatisfaction* merupakan kondisi serius yang dapat menyebabkan

penderitanya mengalami depresi, *Body Dysmorphia Disorder (BDD)*, *anoreksia nervosa*, *bulimia nervosa*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Permanasari dan Arbi (2022) dengan judul “Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh terhadap Kecenderungan Gangguan Makan pada Remaja”, *body dissatisfaction* memiliki pengaruh signifikan terhadap berbagai jenis *eating disorder*, termasuk *anorexia nervosa*, *bulimia nervosa*, dan *binge-eating disorder*. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengalami ketidakpuasan terhadap tubuh mereka cenderung lebih berisiko untuk mengembangkan gangguan makan ini. Ketidakpuasan terhadap penampilan fisik dapat memicu perilaku diet yang ekstrem, pembatasan makanan, atau pola makan yang tidak sehat, yang dapat berpengaruh pada perkembangan remaja.

Permasalahan utama individu yang berprofesi sebagai model sering terperangkap dalam lingkaran ketidakpuasan tubuh akibat tekanan untuk mempertahankan standar kecantikan yang tidak realistis. Kondisi ini semakin diperburuk oleh dorongan internal yang kuat untuk mencapai tubuh yang dianggap ideal, yang dapat menambah tingkat ketidakpuasan terhadap tubuh model. Han (Arshuha & Amalia, 2019) menyebutkan bahwa penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh, yang melibatkan pandangan atau sikap negatif terhadap tubuh dan penampilan seseorang, dapat berdampak buruk pada kesehatan mental, termasuk menurunnya tingkat kepuasan hidup. Hal ini menggambarkan bagaimana ketidakpuasan tubuh dapat menambah tekanan psikologis, terutama bagi mereka yang berusaha memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis.

Mengatasi masalah *body dissatisfaction* yang dialami oleh individu di industri model dan hiburan memerlukan pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut. Brehm (Kartikasari, 2013) menyebutkan *body dissatisfaction* dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti standar kecantikan yang tidak realistis, keyakinan bahwa kontrol diri dapat menghasilkan tubuh sempurna, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, kebutuhan untuk mengontrol hal-hal yang tidak bisa dikendalikan, serta tekanan budaya yang menilai seseorang berdasarkan penampilan fisik.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat ketidakpuasan tubuh adalah perfeksionisme. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Djaelani dan Akbar (2025) dengan judul “ Pengaruh Social Comparison dan Perfectionism terhadap Body Image pada Beauty Content Creator di Komunitas Kecantikan@beautychannel.id” . Hasil penelitian ini menyatakan bahwa Social Comparison dan perfectionism secara bersama-sama memberikan pengaruh sebesar 30,6% terhadap body image.

Perfeksionisme dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Hewitt dan Flett (1991) bahwa perfeksionisme bersifat multidimensional yang terdiri dari komponen personal dan sosial. Rajapakse (2024) menyebutkan bahwa perfeksionisme dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan, dan kepribadian, di mana faktor lingkungan seperti pola asuh serta tekanan sosial dan budaya untuk berprestasi, terutama dalam lingkungan kompetitif seperti akademik,

olahraga, dan tari, turut berperan besar dalam perkembangan perilaku perfeksionisme.

Perfeksionisme merupakan sikap atau perilaku yang mendorong individu untuk menghindari kesalahan demi mencapai kesempurnaan dengan fokus pada kerapian dan keteraturan (Sari & Lestari, 2023). Margareta & Wahyudin (2019) berpendapat bahwa perfeksionisme merupakan dorongan dan keinginan berlebih untuk meraih hasil yang sempurna, yang sering kali dipicu oleh ketakutan terhadap kegagalan serta rendahnya kepercayaan diri. Individu yang memiliki sifat perfeksionis cenderung merasa bahwa mereka harus memenuhi standar yang sangat tinggi dalam segala aspek, termasuk penampilan fisik mereka. Sari (Marthasya, Abdullah, dan Mujayapura 2025) mendefinisikan perfeksionisme sebagai kecenderungan seseorang dalam menetapkan target atau standar yang terlalu tinggi dan sulit dicapai, biasanya disertai dengan ambisi yang besar dan kesulitan menerima hasil yang kurang sempurna.

Sikap perfeksionis yang menuntut kesempurnaan cenderung menimbulkan rasa takut gagal, sehingga individu sulit merasa puas atau menerima hasil yang diperoleh apabila pencapaian tersebut dianggap belum sempurna atau tidak memenuhi standar pribadinya (Cahyadi, Zubair, dan Purwasetiawatik, 2023). Hewitt dan Flett (1991) menyebutkan beberapa dimensi perfeksionisme meliputi menetapkan standar yang sangat tinggi untuk diri mereka sendiri, menetapkan standar yang tinggi bagi orang lain, dan merasakan tuntutan tinggi dari lingkungan sosial mereka.

Perfeksionisme sebagai sikap atau perilaku yang mendorong individu untuk menghindari kesalahan demi mencapai kesempurnaan, dapat berhubungan langsung dengan *body dissatisfaction* karena individu dengan sifat perfeksionis cenderung menetapkan standar yang sangat tinggi bagi diri mereka sendiri, termasuk dalam hal penampilan fisik. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ananta dan Suhadianto (2022) dengan judul “*Body dissatisfaction Pada Wanita Masa Emerging Adulthood: Bagaimana Peranan Social Comparison dan Perfeksionisme*” yang menyatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara perfeksionisme dan ketidakpuasan tubuh yang berarti semakin tinggi tingkat perfeksionisme, semakin tinggi pula ketidakpuasan terhadap tubuh.

Berdasarkan fenomena yang terjadi dalam industri model, peneliti tertarik untuk menelusuri dinamika psikologis yang dialami para model fashion. Salah satu fokus utama penelitian ini adalah melihat keterkaitan antara tingkat perfeksionisme dengan perasaan ketidakpuasan terhadap tubuh. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah perfeksionisme memiliki hubungan yang signifikan dengan *body dissatisfaction* pada individu yang berprofesi sebagai model fashion.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan diatas, maka didapatkan rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *body dissatisfaction* pada perempuan yang berprofesi sebagai model di kota Makassar ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka disimpulkan tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara perfeksionisme dan *body dissatisfaction* pada perempuan yang berprofesi sebagai model di Kota Makassar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

- a. Menambah literatur dan wawasan ilmiah mengenai keterkaitan antara perfeksionisme dan *body dissatisfaction* dalam konteks profesi modeling.
- b. Memberikan kontribusi teoretis terhadap bidang psikologi sosial, khususnya mengenai pengaruh tekanan sosial dan budaya terhadap citra tubuh.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi kepada model, agensi, dan pihak industri model mengenai pentingnya memperhatikan kesehatan mental serta standar kecantikan yang lebih inklusif.
- b. Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap bahaya standar kecantikan yang tidak realistis dan mendorong penerimaan tubuh yang lebih positif.